

## **Краткая аннотация дополнительной общеразвивающей программы «Здоровячок (6-7 лет)»**

Актуальность проблемы формирования основ культуры здорового образа жизни, привлечение к физической культуре, начиная с младшего возраста, невозможно переоценить в современном дошкольном образовании. Процесс формирования физической культуры особенно важен для детей старшего дошкольного возраста, т.к. этот период характеризуется активной познавательной деятельностью, интенсивным развитием интеллектуальной, эмоциональной, двигательной сферы. Педагоги дополнительного образования по физической культуре в поисках эффективных путей укрепления и сохранения здоровья детей в ДОУ, разрабатывают свои программы.

Дополнительная общеразвивающая программа «Здоровячок» имеет физкультурно-оздоровительную направленность и предназначена для детей 6-7 лет в ДОО. За основу была взята методическая разработка авторов Ж.Е. Фирилевой, Е.Г. Сайкиной «Лечебно-профилактический танец «Фитнес-Данс».

Целью программы является содействие всестороннему развитию личности дошкольника средствами физкультурно-оздоровительного фитнеса. В ходе реализации программы по ЛПТ развиваются все звенья опорно-двигательного аппарата детей, формируется правильная осанка, развивается мышечная сила, скоростно-силовые и координационные способности. Занятия по фитнесу укрепляют и развивают сердечно -сосудистую, дыхательную и костную системы.

Новизна заключается в том, что программа включает новое направление в здоровьесберегающей технологии – фитнес. Фитбол гимнастика, степ-аэробика базируется на огромном арсенале разнообразных движений, упражнений, композиций, освоение которой помогает естественному развитию организма ребенка, морфологическому и функциональному совершенствованию, профилактике различных заболеваний. Занимаясь фитнесом, дети получают представление о разнообразном мире движений, которое впоследствии пригодится им в повседневной жизни.

Структура программы соответствует требованиям и включает такие разделы: пояснительная записка, цели и задачи, принципы, используемые для достижения конечного результата, формы и методы. Широко раскрыт учебно-тематический план с подбором подвижных игр к каждому занятию, мониторинг двигательных умений и качеств к концу года, список литературы и подбор музыкального сопровождения. Программа составлена грамотно.

Программа дополнительного образования «Здоровячок» учитывает требования, предъявляемые СанПиН 2021 года «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций». Соответствует всем требованиям ФГОС В ДО.

Форма проведения кружковой деятельности осуществляется через групповые занятия с детьми во второй половине дня, два раза в неделю, в количестве 64 часа в год .

Программа пригодна для дошкольного учреждения, соответствует современным требованиям, рекомендована для реализации в рамках дополнительного образования и имеет научную, методическую и практическую ценность.